# (Ma) nie fest

# der

# Kosmischen Idiotie

Michael Fast

**Einführung**

Je länger ich mich selbst beobachte, desto bewusster wird mir, dass ich unwissend bin und dies wohl auch für immer bleiben werde.
Das Ding, das von vielen „Wahrheit“ genannt wird, erschließt sich mir nicht im geringsten und je tiefer ich über diese sogenannte „Wahrheit“ nachdenke, desto weiter entferne ich mich von ihr.
Mittels meiner Sinnesorgane und meines neurologischen Systems nehme ich Eindrücke auf und kann sie verarbeiten. Jedoch sehe ich nur durch diese, meine Augen und daher vermag ich nicht zu sagen, ob die Impulse, die ich sammle auch wirklich mit „Wahrheit“ zu tun haben.
Alle Ereignisse die auf unserem Planeten je statt gefunden haben waren notwendig, um mich in genau jener Form, in der ich jetzt hier sitze, hervor zu bringen.
Ich bin Krokodil, Wolf und Mensch...
Die Natur hat mir in gewissem Sinne ein neurologisches Korsett verpasst. Ich bin fähig bestimmte Dinge wahrzunehmen und zu denken, doch es gibt auch Dinge, die ich nicht wahrnehmen oder denken kann.
Mein Gehirn wurde von allem was ich bisher erlebt habe geformt und ich muss wohl davon ausgehen, dass dies meine Sicht einschränkt und mir gewisse Möglichkeiten des Denkens verschließt.
Daher scheint es mir relativ sicher, dass ich durch meine Gedanken die Eindrücke der Welt unweigerlich so verzerre, dass ich über den Begriff „Wahrheit“ wohl kaum eine gültige Aussage tätigen kann.
Zudem scheint die für den Menschen wahrnehmbare Realität nicht die einzig gültige zu sein. Jüngste wissenschaftliche Denkmodelle wie die Relativitätstheorie, die Quantenfeldtheorie, die Chaostheorie usw. deuten darauf hin, dass eine Vielzahl nebeneinander existierender Realitäten existieren.
Die Relativitätstheorie lehrt uns beispielsweise einiges über die fehlende Eindeutigkeit wenn es um die Begriffe „Zeit“ und „Raum“ geht*, während im Reich der Quantenfeldtheorie jene Kausalität, die aus der klassischen Physik bekannt ist, radikal in Frage gestellt werden muss.
Die Welt der Quanten lehrt uns außerdem, dass in jeden Messvorgang auch der Beobachter als Größe miteinbezogen werden muss. (Schrödingers Katze)
Die Chaostheorie raubt uns dagegen die Illusion, selbst scheinbar einfache Vorgänge, wie das Wetter oder das Auftreten von Wirbeln in einer Tasse Tee, klar vorhersehen zu können.
Zudem scheint es fast so als würde die sichtbare Welt um uns nur einen Bruchteil des Universums ausmachen, denn um den Kosmos zu erklären können Physiker nicht mehr ohne Begriffe wie „Dunkle Energie“ und „Dunkle Materie“ auskommen.
Jeder Erklärungsversuch der Welt, ob er nun wissenschaftlicher oder persönlicher Natur ist, kommt einem Modell gleich. Viele wissenschaftliche Modelle sind in sich stimmig, während sie jedoch anderen, ebenfalls in sich stimmigen, Modellen widersprechen.

*Zeit verfließt nirgends im Universum gleich schnell. Der Raum wird durch Masse oder Energie gekrümmt und die Zeit ist untrennbar mit ihm verbunden (Raumzeit). Dies ist die Definition für Gravitation. (Wir wissen deshalb aber noch nicht was genau Gravitation ist. Für die Antwort auf diese Frage wird höchstwahrscheinlich eine Kombination aus Relativitätstheorie und Quantenfeldtheorie notwendig sein.)

Im Denken der gesamten Menschheit existieren tausende von Modellen nebeneinander.
Theologische Modelle, künstlerische Modelle, wissenschaftliche Modelle, ideologische Modelle usw.
Nur weil sie die Natur unter verschiedenen Gesichtspunkten betrachten, müssen sie sich aber nicht zwingend gegenseitig ausschließen.
Der Poet ist vielleicht mit der Aussage „Der goldene Wagen zieht über die Gestirne“ besser bedient als der Naturwissenschaftler, der sich gewiss lieber so ausdrücken möchte: „Die Sonne ist ein Stern, der Helium in Wasserstoff umwandelt.“
Beide Aussagen sind im richtigen Kontext wahr. Der Künstler vermag den Wissenschaftler zu inspirieren, während der Wissenschaftler den Künstler mit neuen Denkmodellen versorgt.

Kein Modell ist die Natur selbst. Modelle sind lediglich Abstraktionen der Natur.
Daher ist jedes Modell in gewisser Hinsicht falsch und in gewisser Hinsicht richtig.
Wir alle haben einen Denker und einen Beweisführer im Kopf und was immer der Denker denkt, das ist der Beweisführer bereit zu beweisen.
Wir unterteilen die Welt in „trifft zu“ und „trifft nicht zu“.
Wir betrachten uns selbst als ein rational und kausal denkendes Wesen und sind daher der Meinung, dass unser eigenes Denkmodell „das Richtige“ ist.
Auf der Grundlage unseres Denkmodells be- oder verurteilen wir andere Menschen.
Wir wollen uns auf das „Vielleicht“ nicht einlassen. Es macht uns scheinbar Angst. Und alles was Angst macht, will das Säugetier in uns sofort beseitigen.
Viele Menschen, die uns heute als Genies präsentiert werden, hielt man zu ihren Lebzeiten für verrückt, weil sie eben dieses „Vielleicht“ in den Vordergrund ihrer Überlegungen stellten.
„Vielleicht ist die Erde rund“, „Vielleicht befindet sie sich nicht im Zentrum des Sonnensystems“, „Vielleicht gibt es Schwarze Löcher.“, „Vielleicht nützt es Leichen von Menschen zu untersuchen um mehr über ihre Todesursache herauszufinden.“usw.

Jeder kennt den bekannten Ausspruch des Sokrates und nichts hat sich seit seinen Lebzeiten in Bezug auf die Wahrheit verändert. Sehen wir ein, dass der Kosmos nicht zu erfassen ist und ein starkes „Vielleicht“ in sich birgt.
Wer sich sicher ist die Wahrheit zu kennen, gibt sich der Verblendung hin und ist ein größerer Idiot als er/sie es sein müsste.
Homophobie, Fremdenhass, Ignoranz gegenüber dem Leid, Fanatismus usw. sind Auswüchse von Verblendung.
Tauschen wir doch die Bischofsmütze der Inquisitoren gegen die Narrenkappe und sehen wir was Sache ist.
Geben wir zu, dass wir Idioten sind! Wie unten so oben. Wir wissen nichts.

Das nun folgende Modell der „Kosmischen Idiotie“ ist aus mehreren Denkmodellen zusammengesetzt.
Es besteht aus 2 Teilen. Einem Regelwerk und einer Kosmologie. Beides sind Darstellungen ein und desselben Themas.
Kosmologie und Regelwerk schienen mir die einfachsten Methoden, um meine Idee des „Kosmischen Idioten“ darzustellen.
Es würde meinem Modell nicht entsprechen, wirklich Regeln aufzustellen oder gar eine Kosmologie mit Wahrheitsanspruch zu zimmern. Daher sind die hier angeführten Regeln nicht als Regeln und die verwendete Kosmologie nicht als Kosmologie zu betrachten. Beides sind nur Darstellungsformen.
Zugegebenermaßen sind in die Idee der „Kosmischen Idiotie“ buddhistische und taoistische Vorstellungen mit eingeflossen. Nicht zuletzt deshalb, weil der Buddhismus über eine lange Tradition bezüglich der empirischen Untersuchung des Gehirns verfügt und der Taoismus mit Tao und Teh eine perfekte Kosmologie für den „Kosmischen Idioten“ bereithält.
Ich halte die Mythen und Religionen der Menschheit für ein wertvolles psychologisches Vermächtnis und es ist schon erstaunlich, wie sich gerade beim Thema „Wahrheit“ viele Erkenntnisse der Wissenschaft mit jenen des Buddhismus und Taoismus decken.
Es scheint mir aber als erwähnenswert, dass sich die „Kosmische Idiotie“ zu keinerlei metaphysischer oder spiritueller Spekulation bekennt.
Begriffe wie z.B. „Geist“ oder „das Eine“ werden im Text widersprüchlich verwendet. Dies erachte ich als völlig natürlich.

Ich habe nichts zu bieten!
Ich stehe mit leeren Händen hier!
Keine Heilslehre oder Wahrheit ist mein Eigen!

# Leitbild der Kosmischen Idiotie

00:Kein Mensch kann den Kosmos vollständig erfassen. Deshalb ist jeder Mensch in gewissem Sinne ein Kosmischer Idiot.

01:Die folgenden Leitlinien sind kritisch zu prüfen.

02: Der Koi (Kosmischer Idiot) ist sich darüber im Klaren, dass jegliches Denken und jegliche Art der Kommunikation nur Abstraktionen der natürlichen Verhältnisse sind. Daher klammert er sich nicht an Worte oder Wahrheiten.
Körper und Geist bilden eine Einheit. Der Geist wohnt im Gehirn und das Gehirn wohnt im Körper.

03: Alle Tiere sind in ein neurologisches Korsett geschnürt. Dieses begrenzt ihre Wahrnehmungsfähigkeit.
Durch das was sie erleben, werden sie geformt und was sie sind, das formt ihre Gedanken.
Jeder Eindruck der Natur ist der Verzerrung durch das Individuum unterworfen.
Jedes Gehirn agiert also in gewisser Weise wie ein Filter.
Jeder Mensch kreiert seine Realität selbst.

04: Jegliche neue Idee beruht auf der Bereitschaft, die Natur auf eine gewisse Art und Weise neu zu abstrahieren. Wissenschaft hat sich aus eben dieser Bereitschaft heraus entwickelt.
Jede wissenschaftliche Theorie ist so vorläufig, wie es jeder andere Gedanke ist.

05:Der Koi weiß um den Nutzen der wissenschaftlichen Methode. Er schätzt Dialektik und Empirie als natürliche Verhaltensweisen des Menschen.
Der Koi weiß aber auch um den Umstand, dass jedes wissenschaftliche Modell, so wie alle anderen Modelle, nur eine Abstraktion seines Schöpfers ist.
Das Licht ist als Teilchen und Welle zu messen. (dies trifft nicht nur auf das Licht zu!)
Daher misst jedes Messinstrument nicht nur den Kosmos, sondern auch den Erfinder des Messinstrumentes.
Somit versucht der Koi keinem bestimmten Modell anzuhängen. Er hat verstanden, dass jedes Modell unter gewissen Gesichtspunkten wahr und unter anderen Gesichtspunkten falsch ist.

06:Der Koi weiß, dass er über Wahrheit weder sprechen noch denken kann. Die alten Meister nannten diesen Umstand Tao. „Tao“ ist eine Abstraktion. Ein Symbol für etwas, das mit keinem Symbol dargestellt werden kann, da es fern vom menschlichen Denken „existiert“.

07:Der Koi kennt die Gegensatzpaare der Welt und in gewisser Hinsicht versteht er seine Umwelt deshalb als dual organisiert.(Liebe-Hass, Licht-Dunkelheit, Gut-Böse, Materie-Antimaterie usw.)
„Dual“ ist jedoch nur eine weitere Abstraktion.
Der Koi versteht die Welt deshalb auch als nicht dual organisiert.

08:Der Koi betrachtet alle Vorgänge im Universum als natürliche Vorgänge. Wären sie dies nicht, dann würden sie nicht stattfinden. Alle Dinge werden und vergehen.

09:Der Koi erkennt den Kosmos als einen Prozess, über dessen Verlauf so wenig bekannt ist, dass man ihn als chaotisch bezeichnen muss. Dies ist aber eine rein menschliche Betrachtungsweise und bedeutet daher nicht, dass der Kosmos an sich auch zwingend chaotisch ist.
(Jedes Chaos ist eine Ordnung, deren Prinzip noch nicht verstanden ist.)

10:Die Evolution und das Leben sind Prozesse, die sich im Kontext des „Kosmischen Prozesses“ abspielen. Das gesamte Universum ist einem ständigen „werden“ unterworfen.
Der Koi weiß um die Tatsache, dass dieses Gesetz auch für ihn selbst gültig ist.

11:Für den Koi ist keine Information eindeutig. Je länger eine Nachricht unterwegs ist (je mehr Menschen an der Übermittlung einer Nachricht beteiligt sind), desto zweifelhafter wird sie.
Der Koi zweifelt daher alles an und hält dabei aber nichts für unmöglich.
Der Koi versucht wahrheitsgemäß zu sprechen.

12:Der Koi lehnt alle Arten einer metaphysischen Wahrheit ab. Wirklichkeit entsteht nicht durch die ihn umgebenden Dinge. Sie entspringt auch nicht einzig und allein aus seinem Denken.
Sie hat keinen holistischen Ursprung und man kann auch nicht sagen, sie wäre nicht existent.
Wirklichkeit ist das, was der Koi im Augenblick erlebt. Sie entsteht aus dem Zusammenspiel aller Dinge. (Geist)
Jedes Ding bringt sich durch alle anderen Dinge zum Ausdruck. Daher ist jedes Ding ein vollständiger Koi. Alles ist von  Allem abhängig. Daher hat kein Ding an sich Substanz.
Der Koi weiß, dass kein Ding heilig ist, und dass daher alle Dinge heilig sind.
Binde dich an nichts.
Alles ist Teil des gleichen Prozesses.
Jegliche Form von Reduktionismus ist ein Missverstehen der Gegebenheiten.

13:Jegliche Art von Geschichtsschreibung ist die Abstraktion schon geschehener Ereignisse. So verhält es sich auch, wenn ein einzelner Mensch über seine Vergangenheit nachdenkt. Jede Geschichte aus der Vergangenheit unterliegt der Zensur des Verstandes.
Die Zukunft ist unüberschaubar und in ständiger Bewegung. Was gegenwärtig verursacht wird, wirkt in der Zukunft fort. Was in der Vergangenheit verursacht wurde, wirkt auf die Gegenwart und/ oder die Zukunft.
Wir berufen uns auf die Chaostheorie, wenn wir behaupten, dass kein Mensch die Gesetzmäßigkeit von Ursache und Wirkung voll erfassen kann.
Ob dieser Umstand vom Einzelnen „Schicksal“ oder „Zufall“ genannt wird, ist nicht wichtig.

14:Aufgrund der Tatsache, dass Zukunft und Vergangenheit extrem vernebelt sind, ist für den Koi die oberste Tugend, die Aufmerksamkeit im Moment zu sammeln.
Sich an diese Tugend zu halten ist eine lebenslange Übung.
Aufmerksamkeit! Aufmerksamkeit! Aufmerksamkeit!

15:Kein Koi soll herrschen. Information, Land und Lebewesen sind keine Waren.
Es soll keine Weisen im Dienste von Narren geben. (z.B.Wissenschaft unter den Fittichen des Marktes)
Besitz ist nur eine Abstraktion von Natur.
Der Koi soll nur nehmen, was ihm bereitwillig gegeben wird.

16:Der Koi ist Ideologien und Religionen gegenüber vorsichtig.

17: Aus dem Nichts erscheint die Vielzahl aller Dinge. Der Koi versucht diese Kraft wie einen Schatz zu hüten. Er macht dabei keinen Unterschied.
Leben und Tod sind die Enden ein und des selben Stockes. Sie sind die Mechanismen der Natur.

Alle Dinge kommen und gehen, greifen ineinander und sind Ausdruck des gleichen Geistes.
Kein Ding hat eigene Substanz.
Kleiner Geist wird durch die Schranken des Egos verwirklicht. Großer Geist ist das Verinnerlichen der Kraft und das Dahintreiben im Prozess. Dieser Umstand ist rational nicht zu verstehen.

18:Der Kosmos tanzt!

19:So wie jeder Gedanke ein Irrtum
So grün ist das Gras vor der Tür

20:Sieh hinter dem Scheißhaus nach. Dort findest du den Koi bestimmt.

21:Meine Projektion hat mit den Dingen nichts zu tun!

22: Der menschliche Geist ist eine Summe aus Teilpersönlichkeiten, archetypischen Vorstellungen, Ängsten, Bewusstem, Unbewusstem, Rationalem, Irrationalem usw. Der Geist ist was das Gehirn tut. Gemeinhin wird diese Legion von einem Leutnant namens „Ich“ zusammengehalten.
Die Aufgabe des Koi ist es, sich lebenslang mit diesem „Ich“ auseinanderzusetzen. Sollte das „Ich“ als illusorisch erkannt werden, ist die Auseinandersetzung damit nicht vorbei.

23:Um die Aufmerksamkeit im Moment zu praktizieren, muss dies in der Meditation geübt werden. Der Koi hat sich hauptsächlich mit den Meditationstechniken des ZEN zu beschäftigen.
Der Koi verwechsle dabei die Symbole nicht mit der Wahrheit. Dies gilt für die Worte von Zen-Meistern genauso wie für alles was dem Koi in der Meditation begegnet.

24:Der Koi hat Furcht, Hass, Neid und Gier zu zügeln. Er soll Leiden vermindern anstatt es zu mehren.
Er hat seine Begierden im Auge zu behalten. Denn Begierden können Leid verursachen.

25:Alles was das Denken des menschlichen Geistes übersteigt wird in der K.I. (Kosmischen Idiotie) als Magie bezeichnet. Somit hat für die K.I. der Kosmos ein magisches Wesen. Dies bedeutet nicht, dass der Kosmos magisch ist.
Von vielen Symbolen geht eine magische Wirkung aus. Eine Staatsgrenze ist beispielsweise keine wirkliche Linie, die aus der Landschaft hervor geht und mittels Naturgesetzen begründbar wäre. Trotzdem scheint sie für die Menschen existent.
Symbole sind nur Abstraktionen der Natur. Dies gilt auch für Wörter und Zahlen.
Wer die Symbole kontrolliert, der kontrolliert die Menschen. Belohnung, Bestrafung und Magie sind die 3 Säulen der Herrschaft.
Symbole finden auch in theologischen Vorstellungen, mythologischen Themen oder den Märchen Anwendung. Die Ähnlichkeit solcher Modelle lässt erahnen, dass sie in gewisser Hinsicht die menschliche Psyche abbilden.

26:Der Koi kann Magie in der folgenden Form zur Anwendung bringen: Er verwendet eine imaginäre Leiter um über eine imaginäre Hürde zu klettern. Sieht er eine imaginäre Schlange, so lässt er den imaginären Mungo aus dem Käfig.

27:Der Koi achtet die Freiheit und die Würde aller anderen Wesen. Er betrachtet sie als ebenbürtig und lässt in seiner Rede über sie Raum für Entwicklung.

28:Der Koi kennt keine Meister- oder Schülerschaft. Er bleibt lebenslang ein Schüler.

29:Es gibt keinen normalen Menschen oder Tag.

30:Ein Koi versucht nicht in Begriffen wie „dieses trifft zu“ oder „jenes trifft nicht zu“ zu denken.
Er ist kein Computer, der in Einsen und Nullen rechnet.
Er erkennt die Wahrheit von „Vielleicht“, die sich aus  Kosmos und Geist zusammensetzt.
Seine Zahl ist 0,5
„Vielleicht“ ist, was Abstraktion ermöglicht.

CHAOSMOS

CHANIBAU

DIAOBOSU DEKOTA

AUFINNE

ERWEGE DUMUHASYA FÄNDEBE

DAKVIFO

WEG

CHAOSMOS

Dies scheint nicht sein Name
Darum rufe man diesen Namen nicht zu laut
Es hat mit Chaos und Ordnung nichts zu tun
Es wirkt unsichtbar, unhörbar, untastbar und undenkbar
Auch riechen oder schmecken kann man es nicht
Sprich es nicht aus
Es ist kein Wort
Es ist kein Sinn

CHANIBAU

Die Mutter aller Dinge
Durch Chaos und Nichts(x) entsteht der Baum(xx)
Das Tor der Zweipoligkeit
Die Kraft der Natur

(x) Das Nichts ist hier in dreifacher Art gemeint. 1. Die Abwesenheit eines Dings 2. Das Vakuum 3. Das absolute Nichts (dessen Namen wir nicht kennen)

(xx) Der Baum trägt den neuen Baum in Form des Samens in sich
Den Samen zu vernichten ist leichter als den ganzen Baum auszureißen
Dies sind die beiden hier gemeinten Bedeutungen des Baumes.
Der Baum steht für alle Dinge.

DEKOTA

Wirklichkeit entsteht durch Betrachtung
Das ist extremes Denken
Wirklichkeit entsteht durch die Dinge
Das ist extremes Denken
Alles kommt aus Einem
Das ist extremes Denken
Es existiert keine Wirklichkeit
Das ist extremes Denken
Durch extremes Denken entsteht Wahrheit

Es wäre für alle hundertmal besser, wenn du nicht von Wahrheit sprichst
Der Kosmos tanzt

DIABOSU

Der Punkt alleine hat keine Position
Bestimmt durch einen anderen Punkt hat er eine

Alle Dinge bestimmen sich gegenseitig
Daher ist Form Leerheit
Und Leerheit Form
Interaktionen und Prozesse
Kein Ding hat Substanz

AUFINNE

Das Außen
Der Filter
Das Innen
So sieht der Mensch aus
Er sieht am Vorhang nicht vorbei

ERWEGE

Durch Erleben geprägt
So wird man
Durch Gestaltung ist man prägend
(„prägen“ steht für prägen, konditionieren und lernen.)

DUMUHASYA

Das Rationale
Die Erkenntnis der Zweipoligkeit und der Versuch eine Ordnung zu erstellen
Auf die Synthese folgt wieder eine Antithese
Hinter dem Vorhang ist ein Vorhang

FÄNDEBE

Ein Faden ist wie CHAOSMOS
Wir wissen nichts über ihn
Alle anderen Fäden enden und beginnen
Die Vergangenheit ist verdreht
Die Zukunft ist Erwartungshaltung

DAKVIFO

0 und 1 scheinen falsch
Alles ist wahr in gewissem Sinne
Alles ist falsch in gewissem Sinne
0,5 als Zahl von DAKVIFO
Vielleicht
Daraus könnte vielleicht folgen

WEG

Der WEG als CHAOSMOS
Der WEG nicht als CHAOSMOS
Hinter dem Vorhang ist ein Vorhang

**CHAOMOS**

Chaos
Kosmos

**CHANIBAU**

Chaos
Nichts
Baum

**DEKOTA**

Der
Kosmos
Tanzt

**DIABOSU**

Dinge
In
Abhängigkeit
Ohne
Substanz

**AUFINNE**

Außen
Filter
Innen

**ERWEGE**

Erleben
Werden
Gestalten

**DUMUHASYA**

Duale Muster
These
Antithese
Synthese
Antithese

**FÄNDEBE**

Fäden
Enden
Beginnen

**DAKVIFO**

Daraus
Könnte
Vielleicht
Folgen

**WEG**

Weg

**Über die Meditation**

Zum Thema Meditation gibt es, wie zu den meisten Themen, viele verschiedene Meinungen. Von der richtigen Haltung bis zur Atemtechnik sind einige Punkte der Diskussion würdig.
Im Buddhismus ist die Meditation eine weit verbreitete Technik um Vollendung zu erlangen und ein erleuchteter Buddha zu werden. (Eine Ausnahme bildet hier der ZEN- Buddhismus. "Zazen" wird schlicht als das Sitzen in einer formellen Haltung verstanden.)
Dadurch verfügen viele buddhistische Schulen über umfangreiches Wissen zum Thema Meditation.
Ich empfehle, sich vor allem am ZEN- Buddhismus zu orientieren, da dieser es auch einem „Nicht-Buddhisten" leicht macht, dem Buddhismus etwas abzugewinnen.
Richtungen wie der tibetische Buddhismus erfordern es, sich intensiv mit der Bedeutung von mythologischen Figuren auseinanderzusetzen und sind somit für den weltlich eingestellten Menschen etwas sperrig.
Prinzipiell ist es aber die Sache des Koi womit er sich auseinandersetzen will.
Selbiges gilt für alle Techniken, die für die Meditation nützlich sein können.
Jede Haltung ist gleichermaßen unbequem, wenn es darum geht, länger in ihr zu verharren.
Man kann auf einem Stuhl oder im Lotussitz (oder Halblotussitz) sitzen, man kann liegen (sofern man nicht einschläft) oder stehen. Es gibt hunderte Haltungen, die man einnehmen kann.
Von großer Wichtigkeit ist dabei aber, die Wirbelsäule immer gerade zu halten.
Der Koi erforsche, was die richtige Meditationstechnik für ihn ist.
Jeder Geist verändert das Gehirn. Wenn Neuronen gemeinsam ihre Salven an Neurotransmittern abfeuern, dann entstehen Verbindungen zwischen ihnen.
Die Meditation ist ein technischer Vorgang, der uns diesen Umstand nutzen lässt.

Hier ein Vorschlag für die Meditation:

**Der Lotussitz**: Der Lotussitz steht auf 3 Säulen: Gesäß und den Knien. Unter dem Gesäß kann ein Meditationspolster verwendet werden. Beine überkreuzen. Bauch heraus. Die Wirbelsäule ist gerade und gestreckt. Der Kopf blickt nach vorne und wird leicht gesenkt. Zunge an den Gaumen.
Der Koi soll sitzen, als würde ihn an seinem Schädel eine unsichtbare Schnur hinaufziehen.
Die Augen sind entweder leicht geöffnet oder geschlossen. Forme mit deinen Händen ein Mundra.
Du musst eine bestimmte Spannung im Körper halten. Versuche aber im Schulterbereich trotzdem locker zu sein. (Es soll eine Mischung aus Spannung und Entspannung sein.)

**Die Atmung**:Atme durch die Nase ein und aus. Kurzes Einatmen. Kurze Pause. Längeres Ausatmen. Pause. Kurzes Einatmen...
Atme aus dem Tangen (Unterbauch) (Unterer Teil des Brustkorbs)

**Im Kopf**: Der Koi zähle seinen Atem. Beim Einatmen 1, beim Ausatmen 2 usw. bis 10. Dann wieder von vorne 1,2,3... Er konzentriere sich dabei auf jeden Atemzug.
Wenn der Koi diese Übung beherrscht ohne zu oft mit seinen Gedanken abzuschweifen, dann kann er versuchen, ob er ohne das Zählen auskommt. Die Gedanken sollen nicht verhindert oder gehemmt werden. Wenn ein Gedanke auftaucht, dann betrachte ihn und lass ihn los.
Man kann auch über bestimmte Gedanken (Meditations-Objekt) meditieren. z.B. über das „MU".

**Dauer**: Beginne mit 10 Minuten und versuche dich zu steigern. Später sollte eine Meditation ca. 30 Minuten am Stück dauern. Wenn du es länger schaffst, dann gut so. Meditiere mindestens 1x pro Tag. Versuche aber auch mehrere Sitzungen täglich.

Ein sehr gutes Buch über ZEN-Meditation, das sich vor allem mit den technischen Aspekten des Zazen beschäftigt, ist „Zen-Trainig" von Katsuki Sekida.
Es gibt jedoch eine Vielzahl von Büchern zu diesem Thema, und solange man kritisch bleibt, kann

man sie alle lesen. Einigen davon kann man aber bestenfalls in humoristischer Weise etwas abgewinnen.
Die Meditation des Koi hat zum Ziel, dass er über sich selbst und seinen Verstand lerne.
Er soll in das Antlitz des „Nichts“ blicken und sehen was er ist.
Er soll seine Aufmerksamkeit schulen, um die Übung in sein tägliches Leben tragen zu können.
Er soll dadurch die Möglichkeit haben Momente zu erleben, in denen er frei ist von sich selbst.
Er soll das Ausharren lernen.
Er soll der Übung selbst willen üben.
Er soll nach nichts trachten.
Er darf die Symbole nicht mit den Dingen an sich verwechseln.
Er soll seine Hoffnungen nicht auf ein ominöses Außen projizieren.
Er weiß, dass er immer mit allen seinen Problemen sitzt.
Es ist ihm klar, dass der Vorsatz, nicht zu denken ebenfalls denken ist.
Er konzentriert sich nur auf seinen Atem und kämpft nicht gegen seine Gedanken.
Jede Störung (Unterbrechung durch Gedanken oder Geräusche usw.) hilft dem Koi bei seiner Meditation. Innere Störungen macht er sich bewusst und lässt sie los. Äußere Störungen, wie Geräusche, lässt er vorbeiziehen wie Wolken.
Er versucht nicht Ereignisse aus vergangenen Meditationen zu reproduzieren.
Er verbeugt sich vor und nach der Übung vor dem CHAOSMOS und allen Dingen.
Er regt seine Spiegelneuronen an. Er sucht nach Empathie.

Experimentiere! Sitze kraftvoll wie ein Berg.

Wer ist der Meister der das Gras grün färbt?

Ändere dein Gehirn und du änderst dein Leben.
Stopf dem Erzähler endlich das Maul!

Körperlichkeit, Empfindungen, Wahrnehmungen, Geistesregungen und Bewusstsein sind Leiden.

!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!
(1) rechte Anschauung/Erkenntnis, (2) rechte Gesinnung/Absicht, (3) rechtes Reden, (4) rechtes Handeln, (5) rechter Lebenserwerb, (6) rechtes Streben/Üben, (7) rechte Achtsamkeit, (8) rechte Versenkung
!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

MU

Welch ein Wunderwerk ist das CHANIBAU
Überall findet man Gärten und Kristalle
Das Wasser läuft in dunklen Bächen
Und es ist nicht nur für unseren Durst

Wundersam sind die heiligen Kräfte der Natur
Mannigfaltig sind Tiere, Pflanzen und Mineralien vorhanden
Und weiße Wolken ziehen über uns hinweg
Heilig ist die DNS und alle anderen Aspekte des CHANIBAU

Heilig ist die Liebe.

Die Hände des Koi sind leer
Wie der Koi selbst es ist

Er ist der Welten wunderbarer zuckender Impuls
Nichts als ein Vektor

Er blickt in die Sterne des CHAOSMOS
Und flüstert leise 0=2
Die Landkarte ist nicht das zu beschreibende Territorium
Jeder Mensch ist ein Kosmos

Ich verbeuge mich vor dem CHAOSMOS!
Ich verbeuge mich vor allen Dingen!
Und ich verbeuge mich vor Buddha!
Ich verbeuge mich vor dem Kosmischen Idioten!

Verlasse deine Konzepte und Philosophien
Und sieh das alles nur dieses EINE ist
Sieh die Leerheit deiner Selbstnatur

=============================================================================

Ein Koi führe allzeit das heilige Dokument der K.I. mit sich. Dieses ist ein Blatt Papier, das auf beiden Seiten die Aufschrift: „Bitte wenden!“ trägt.

---

Alle Atome unseres Körpers wurden im Inneren von Sternen geboren. Neun Millionen Jahre voller komplexer Ereignisse mussten vergehen, bis die Voraussetzungen für die Entstehung unseres Sonnensystems erfüllt waren.(von der Entstehung des Universums und was sich auch immer davor abspielte abgesehen) In den Gas.- und Staubwolken der Universen werden die Sterne geboren und in Planetarischen Nebeln, Schwarzen Löchern und Supernova- Überresten ist ihr Friedhof zu finden.
Du atmest Luft, die von Pflanzen angereichert wurde. Der Wind schliff über Jahrtausende hinweg an den Urgebirgen und brachte damit fruchtbare Erde in die Ebenen. usw.
Wie kannst du also meinen, du würdest unabhängig von den Dingen existieren?
Sieh das alles nur dieses EINE ist.
Der Säugetier-Geist beherrscht dein Gehirn. Er erzählt dir Lügengeschichten vom unabhängigen „Ich“ und sorgt so für ausreichend Furcht, Neid, Hass und Gier.
Mach dich auf zu neuronalen Feuerwerken und überlasse es dem Geist der Welt dein Gehirn neu zu erschaffen.

Der Große Weg ist ohne Tor.
Tausend verschiedene Straßen gibt es.
Wer einmal die Schranke durchschreitet,
spaziert in Freiheit im Weltall umher.

MUMONKAN

Es bewegt sich nichts als der Geist.

**Karma**

In der K.I. ist „Karma“ das Gesetz von Ursache und Wirkung.(Kausalprinzip)
Die K.I. zieht allerdings auch die Existenz eines Synchronizitätsprinzips in Erwägung.
Statt Ursache und Wirkung steht dabei eine gewisse Art von Gleichzeitigkeit und Sinn im Vordergrund. Sie ist psychologisch/individueller Natur.

Da sich die K.I. nicht mit religiösen Dingen befasst, sieht sie das „Karma“ nicht als bestrafende oder belohnende Instanz.
Alle Taten und Ereignisse bleiben im Kosmos insofern gespeichert, als dass sie die Zukunft hervorbringen. Das „Karma“ ist eine hirnlose Maschine.
Schlechtes „Karma“, das Menschen anhäufen, ist etwas völlig anderes. Wenn ein Mensch der Meinung ist er würde schlecht handeln, aber trotzdem bei seiner Handlungsweise bleibt, dann erzeugt er schlechtes „Karma“. Schlechtes „Karma“ entsteht durch Furcht, Neid, Hass, Gier und Verblendung (Wahrheit). Durch schlechtes Karma schadet sich der Koi in erster Linie selbst. Er wird dies - sofern er sich an den Weg der K.I. hält - bemerken.
Das schlechte „Karma“ des Einzelnen schadet jeglicher Art von Gemeinschaft und hat sogar das Potential Lebensräume zu vernichten.

WUWAI!

**Die Lehre**

Die Lehre der KI umfasst keineswegs nur diese Schrift. Sie ist in allen Schriften und Situationen zu finden. Die Lehre ist allgegenwärtig. Auch wenn man nichts von ihrer Existenz weiß.
Dennoch habe ich mir erlaubt einige Bücher, die den gedanklichen Einstieg in die KI erleichtern sollen, zu empfehlen.

Lektüre für den Koi – Eine bescheidene Auswahl

Chaos:

- „Die Entdeckung des Chaos.-Eine Reise durch die Chaostheorie“ von John Briggs und F. David Peat
- „Chaos die Ordnung des Universums“ von James Gleick. (Mittlerweile schwer zu ergattern)

Quanten:

- „Auf der Suche nach Schrödingers Katze, Quantenphysik und Wirklichkeit“ von John Gribbin
- „Quanten sind anders, Die verborgene Einheit der Welt“ von Thomas Görnitz
- „Buddhismus und Quantenphysik“ von C.T. Kohl

ZEN:

- „Zen-Training“ von Katsuki Sekida
- „Za-Zen“ von Taisen Deshimaru-Roshi
- „Zen ist die größte Lüge aller Zeiten“ von Kodo Sawaki
- „Zen-Geist Anfänger-Geist“ von Shunryu Suzuki
- „Zen-Buddhismus und Psychoanalyse“ von Erich Fromm, Daisetz, Teitaro Suzuki, Richard

de Martino
- „Sei wie reine Seide und scharfer Stahl“ von Suzuki
- „Die Freiheit des Zen“ von Zensho W. Kopp
- „Für die Vögel“ von John Cage
- Alle Werke von Dogen Zenji
- „Das Gehirn eines Buddha“ von Rick Hanson und Richard Menduis
- „Meditation und Gehirn (Alte Weisheit und moderne Wissenschaft)“ von Heinz Hilbrecht
- „MUMONKAN Die torlose Schranke Zen-Meister Mumons Koan-Sammlung“ (Koun Yyamada Roshi)

Natürlich mit Vorbehalten gegenüber metaphysischer Spekulationen.

Taoismus: Tao Te King in allen möglichen Übersetzungen

CHANIBAU: „ALPHA ...directions“ von Jens Harder (Comic)

Mythologische Rundumschau:
- „Die Kraft der Mythen“ von Joseph Campbell
- „Der Heros in tausend Gestalten“ von Joseph Campbell
- „Die große Mutter“ von Erich Neumann

Magie:
- „Liber Chaos“ von Peter J. Carrol (mit Vorbehalten gegenüber allen metaphysischen Spekulationen)
- „Liber Null“ von Peter J. Caroll (mit Vorbehalten gegenüber allen metaphysischen Spekulationen)

Sonstiges:
- „Der neue Prometheus“ von Robert Anton Wilson (sehr vergriffen) (mit Vorbehalten gegenüber allen metaphysischen Spekulationen)
- „Raumschiff Erde“ von R. Buckminster Fuller
- „Über die Pflicht zum Ungehorsam gegen den Staat“ von H.D. Thoreau
- „Walden“ von H.D. Thoreau
- Werke von Jung, Raich... (Psychologische Schriften)
- Politisches wie 1984 (Orwell), Hacker-Manifest (McKenzie Wark), ...

usw.....!?!?!?!?!?!?!?!?!?.......

Siehst du den Koi in den Fraktalen sitzen? Manche nennen ihn auch Apfelmännchen...

Es gibt keinen Buddha

IMMO!

Der Gedanke manifestiert sich als Wort,
das Wort manifestiert sich als Handlung,
die Handlung entwickelt sich zur Gewohnheit,
und die Gewohnheit verfestigt sich zum Charakter.

Achte daher sorgsam auf den Gedanken
und seine Eigentümlichkeiten,
und lasst Liebe, eine aus Mitgefühl für alle Wesen geboren Liebe,
des Gedanken Ursprung sein.

So unweigerlich, wie der Schatten dem Körper folgt,
werden wir zu dem, was wir denken.

Buddha (Dhammapada)

Verbrenne diese Schrift!
Sie ist reines Geschwätz!